FOR FREE DISTRIBUTION

પારસી માંબાપો, સ્કુલનાં માસતરો અને છોકરાઓને બે બોલ.

HEALTH IS WEALTH LIFE WITHOUT HEALTH IS LIVING DEATH,

BE NOT DECEIVED WHATSOEVER BOYS AND PARENTS SOW, THAT SHALL THEY ALSO REAP.

લખનાર

એક પારસી.

મુંબઈ

આંટીયા પ્રીંટીંગ પ્રેસ મીરઝા સ્ટ્રીટ નંબર ૧૬.

સને ૧૯૦૩.

પ્રસ્તાવના.

મા બાપો તમારા છોકરાઓને તપાસો.

પારસી છોકરાઓમાનાં ચોકસ વર્ગ માહેલા જુવાનો જ્યારે મારા જોવામાં આવે છે, ત્યારે એક નીસાસાની હાય મારા દીલમાંથી વીજલી માંફક પસાર થઇ જાય છે. માત્ર મનમાં દયા લાવી બેસી રહેવું તેનાં કરતાં કાંઇ ચેતવણીનું રણસીંગડું વજાડી મદદનો હાથ આપું એવો વીચાર મારા મનમાં વારંવાર આવે છે. મારો પોતાનો બચપણમાં જીવન શક્તી ગુમાવાની ખોટી ટેવ પડવાથી નાશ થયલો હોવાથી, મને આજ વેર બહુ સોસંવું પડયું છે અને પડે છે; તેમજ હાલ કેટલાક સમજુ વક્તાઓ પારસીઓને પોતાના નાદાંન નીરદોશ છોકરાઓને આય નુકશાનકારક ટેવ માટે ચોપાનીયાં અને ન્યુસ પેપરોમાં ટુક ચેતવણી આપવા લાગયા છે; તે ઉપરથી મેં વીચાર કર્યો જે મારો પોતાનો દાખલો આપી તેમજ ઇંગલંડ અને અમેરીકામાં એ માટે મોટા દાક્તરો તેમજ પરમારથી ખાનગી ગ્રહસ્થો

ચોપડીઓ છપાવી માબાપો અને છોકરાઓને આથ જીવલેન ગુનાંથી થતાં ખાનાં ખરાબીની જે વીગતવાર સમજણ આપે છે તેમ મારે પણ કરી પારસી માંબાપોની આંખ ઉંગાડવી, અને નીરદોશ છોકરાઓની ભરજુવાનીમાં થતી કતલ અટકાવવી. જે લોકો સારાં નસીબે આ જાલમાં સપડાયાં નથી, તેમજ એથી ઉપજતાં નહી વરણાવી શકાય એવાં દરદના ભોગ યથાં નથી, તેઓ કદાચ એમ સમજશે જે તેઓનાં કુમલાં મગજનાં છોકરાઓ એવી નીચ આદતનાં ગુલામ થાય એ નહીં મનાય તેવું છે કેટલાંકો પુછશે કે શું આવાં ચોપાનીયાંથી છોકરાઓ જેવોને આ બાબદ માટે જ્ઞાન પણ નહી હોય તેઓને એજ ચીજનું ભાન કરવા બરાબર ઠરતું નથી? હું કહુંછું જે હરગેજ નહી. તેઓને ચેતવણી મલવાથી એ રસ્તે જવાને સામાં તેઓ ધ્રૃજશે. એક બારગી તકરાર માટે થોહાક બીન અનુભવીઓની આ ખોટી ધાસતી કબુલીયે; ત્યારે હું પુછુંછું જે જ્યારે માબાપો પોતાનાં નાની વયનાં છોકરાઓ ઘરમાં છચોક નીતીભ્રષ્ટ વારતાની ચોપડી વાંચે છે અને કાટેલ ઝેર મનમાં પચાવે છે ત્યારે

કાંયં એવો વાંધો લેતાં નથી? એ શું દેખાડે છે જે છોકરાઓ કાંઇ સમજે છે કે નહી? શાથી તેઓનો નાશ વધારે થશે? ચેતવણીનાં બે બોલ કહ્યાથી યા ગુપચુપ બેસી રહેવાથી? આય તો જાણીતી વાત છે કે ઘેર કરતાં છોકરાઓને સ્કુલમાં વધારે વખત કાઢવો પડે છે, અને કુદરતી રીતે તેઓ ત્યાં જાત જાતની ચાલચલણવાલા છોકરાઓની સંગતમાં આવે છે, અને તેથી કાંઈ પણ શક વગર તેઓ આ સઘલું મોડું વહેલું સમજશેજ. શું સમજુ માબાપો પોતાનાં બાળકોને વારંવાર શીખામણ નથી દેતાં કે ખરાબ છોકરાઓની સંગતમાં ફરીયે નહી, ગાલ ગલોચ કરીયે નહી અને કોઇ કરતું હોય ત્યાં ઉભાં રહીયે નહી, દારૂ પીજીએ નહી, દારૂ એ ઝેર છે, તો શું કોઇ એમ કહેવાની હીંમત કરશે જે પોતાનાં વહાલાં માબાપની ચેતવણી છતાં છોકરાઓને એ સર્વ ચીજો માત્ર curiosity ખાતરજ કરી જોવાની જીજ્ઞાસા થશે? કદી પણ નહી. સાંમઓ તે કુમળા મગજ ઉપર[1] આગમાજથી મલેલી ચેતવણીની અસર

1 To be forewarned is to be forearmed.

થવાથી તે બાળક એમાનું એક પણ કામ કરવાને શરમાસે. સામળુ ચેતવણીનાં બે બોલોની ગેરહાજરીમાં નીરદોશ છોકરાઓનું નખોદ વલી જાય છે, જે મારા પોતાનાં દાખલા ઉપરથી જોવામાં આવશે. તે સીવાય દાકટરો તેમજ અનુભવી સ્કુલનાં માસતરોનો જો વીચાર પુછવામાં આવે તો ઘણાકોનો સંદેહ જરૂર દુર થશે. આ નાંધલું ચોપાન્યું લખવાની મારી મુલ મતલબ પારસી માબાપોને ચેતવણીનાં બે બોલ કહી; તેઓનાં નાદાન નીરદોશ છોકરાની વધારે સંભાલ લેવાને આગ્રહ કરવાની છે. હું એ માટે વાલીઓ, સ્કુલનાં પ્રીનસીપાલો, અને ઉધરતા છોકરાઓને આય ચોપાન્યું વાંચવાની એલતેમાસ કરૂછું. એ વાંચ્યા પછી માબાપો જો પોતાના નીરદોશ છોકરાઓની નીતી અને તંદરોસતી ઉપર વધારે ધ્યાન આપશે તેમજ છોકરાઓ ચેતીને ચાલશે તો આય મારા બીનસ્વાર્થી કામનો બહુ આનંદ ભરેલો બદલો મલેલો સમજીશ.

આ ચોપાન્યું નાંધલા છોકરાઓને માટે ખાસ લખવામાં આવ્યું છે, અને તે માટે એમાં સમાયલી બાબદ અને ભાશા ઉપર બારીક ધયાન

આપવામાં આવ્યું છે તે છતાં નજર ચુકે એકબી ન છાજતો બોલ લખઈ ગયો હોય તે કાઢી નાંખવા એક બાહોશ સોલીસીતરની મદદ લેવામાં આવી છે. તેવને એ ચોપાન્યું વાંચી એવો અભીપ્રાય આપયો છે જે એ માંહેલી બાબદ તદન નીરદોશ ભાશામાં લખાયલા છે એટલુંજ નહી, પણ તે છોકરાઓનાં વાંચવામાં આવ્યાથી તેઓને ખોટે માર્ગે જતાં અટકાવવાને એક ઉપયોગી સાધણ થઈ પડશે.

મારો પોતાનો દુખદાયક હેવાલ.

મારો જનમ એક સાધારણ તંદરોસતીવાલાં પણ દુખ દરદથી નીરાળા માબાપને ત્યાં થયો હતો. હું પોતે પણ ગોલ તંદરોસત મોઢાંનો ચપલ નાંધલો છોકરો હતો. સાત વરસનો થયો ત્યારે મહેતાજીની નીશાળે મુંકયો હતો. ત્યાં સર્વ છોકરામાં મારી ચબરાકીથી જરા વધારે ધ્યાન ખેચતો હતો. નવમે વરસે નીશાળ છોડાવી એક ખાનગી હાઇસ્કુલમાં મને મુકવામાં આવ્યો હતો. ત્યાં પણ નજદીક અગીયાર વરસનો થયો અને ચોઠા સ્તેંડરડમાં ગયો ત્યાં વેરં મારી હુશીયારીથી કલાસનાં માસતર તેમજ સ્કુલનાં હેડમાસતરની સાબાસી મેલવતો. હવે આય વર્ગમાં પારસીનાં પાંચ એક ખરાબ છોકરા પણ હતા. તેઓ માસતરને બુમ પડાવતા, તંમજ કલાસમાં લેશન ચાલે ત્યારે પણ ગલીચ વાત કરતા. તેઓ મારી સાથે વાતચીત કરવા આવતા પણ ધીક્કારથી હું તેઓ આગલથી ખસી જતો. તેનું કારણ કદાચ એ હોય જે મને ઘરમાં સહુવાર સાંજ બંદગી કરવાની ટેવ પાડેલી હોવાથી

તેમજ આતવાર અને રજાનાં દીવસો ઉપર ફરીયે તેમજ આતશબેરામ ભણવા ફરજયાત મોકલતાં હોવાથી ખુદરતી રીતે મને એ છોકરાઓની સંગત ગમતી નહી. કેટલી વખત મેં વીચાર કર્યો હશે જે ઘરમાં કહી આય સ્કુલ છોડી દેવું. પણ તેમ કરવાની મને શરમ લાગતી અને હીમત ચાલતી નહી. હવે એજ વર્ગમાં મારા સગાંનો એક છોકરો પણ હતો. તે આય ખરાબ છોકરાઓ સાથ બેસતો અને ઘરમાં લાડકો હોવાથી લેશન ઉપર ધયાન આપતો નહી. મારે કહેવું જોઇએ કે તે એક ચબરાક છોકરો હતો; પણ ઘરનાં અંકોશ વગર તેમજ ખરાબ સંગતથી બગડી ગયો હતો એ સગાનો છોકરો હોવાથી મારે ઘેર આવતો જતો હતો, અને મારા બાવા એની સાથે મારી દોસતી વધારવાને ઇંતેજાર હતા. હું મનમાં મુઝાતો હતો તોપણ એની સાથે ફરવા હરવા જતો હતો, બીજા કોઇ સાથે મને ફરવા જવા દેવામાં આવતો નહી. એક દીવસ આ સગો મારે ઘેર મલવા આયો, અને મને ઓરદામાં એકલો લેશન કરતો જોઇ મારી જીંદગીનો[2] નાશ

---

2 Self abuse.

કરવાનું દેખાડયું. ત્યાર બાદ મને અને તેને એ બાબદ ઉપર કદી વાત થઇ ન હતી. પણ તે એકજ વખત દેખાડેલું મારી જીંદગીનું નખોદ વાલવાને પુરતું હતું. એ વખતે હું માત્ર બાર વરસનો હતો, અને મારો સગો મારેથી માત્ર આંઠ મહીનાં મોટો હતો. એક વખત એક માણસ એક લાલચમાં સપડાયો કે પછી પુછવુંજ શું ! તેમ મારી પણ અવસતા થઈ. આતવાર તેમજ રજાનાં દીવસોમાં લેશન કરવાને બહાને ઓરદો બંધ કરી બેસું અને મારો નાશ કરતો. રાતે પણ સૂઈ ગયો હોવું એવો ઢોંગ કરતો. મને હમનાં એમ લાગે છે જે તે વખતે મારાં માબાપોની નજર કયાં ગુમ થઇ ગઈ હશે ? આ પ્રમાણે બે વરસ વેર એટલે ચૈાઉડ વરસનો થયો ત્યાં વેર ચાલયું. એ અરસામાં હું બહુ સુકઇ ગયો. મોહું ઉતરી ગયું, લેશન કરવા ગમે નહી, અને કરવાની તજવીજ કરૂં પણ માથું ચાલે નહી ફેર આવે. કમરમાંથી વાંકો યવા લાગો અને બરડામાં ચસકો મારે. આખો વખત અમથા વીચારો આવે અને મન ભમતું રહે. રાતે ઉંઘમાં પણ સ્વપનાં અને વીચારો આવે. શાંત ઉંઘ આવે

નહી. ભુખ પણ મરી જવા લાગી. અને પાણી-
ની પુશકલ સોસ લાગતી. સ્કુલની છ મહીનાની
પરીક્ષામાં અવારનવાર નાપાસ થવા લાગો. માસ-
તરો પણ અજબ થાય અને મને પુછે કે તુને થાય
છે શુ ? કસરતશાળામાં કાંય નહી જતો તેમજ
સારો ખોરાક લે વગેરે. હવે મને સુકકો થાંસો
થવા લાગો, અને ખાધા પછી પેટમાં દુખારો શરૂ
થતો, અને અતયંત નબલઇ લાગતી. મને યાદ છે
જે જ્યારે હું દશ વરસનો હતો ત્યારે મરીનલા-
ઇનસથી ચાલતો ચર્ચગેટને રસતે ઓટ હોય ત્યારે
રેતી ઉપરથી રમતો રમતો કોલાબે વેર જતો,
તેમજ ચાલીને ઘરે પાછો ફરતો. પણ હવે મારાથી
એક માઇલ પણ એક્કી વખતે હાંફયાં વગર ચલાતું
નહી. કાંય નહી વારૂં ? દશમે વરસે છોકરાઓમાં
જેટલું કઉવત હોય છે તેથી વધારે જોર જેમ તેઓ
ઉમરમાં વધતાં જાય તેમ આવવું જોઇએ કે સામ-
ણું ઓછું થવું જોઇએ ? પાંચ મીનીટ ઉભું રહી
કોઇ સાથ વાત કરવા ગમે નહી. મેદાનમાં ક્રીકેટ
રમવા જતો ત્યાં પણ છોકરાઓ મને હસતા. બો-
લને બેટ મારવા જાવું ને હાથમાંથી બેટજ છૂટી

જાયે. અરે, કેટલી વખત મારા ગોઠીયાઓને દડો આશમાનવેર ઉડારતા જોઈ મેં નીશાસો નાંખ્યો છે જે મારાથી તો ત્રણ વારની ઉંચે ફેંકાતો નહી હતો. કેટલી વખત મારી ઉમરનાં છોકરાઓને તંદરોસ્ત બાંધાનાં, ગોલ ચલકતાં મોઢાનાં, હસતા ખુશનુમાં ચહેરાનાં, જલદી દોડતા, તેમજ ચપલઇથી ચાલતાં જોઇ મારે વીશે હલકો વીચાર બાંધી નીશાસો નાંખતો હતો! પણ મારા જેવા આડે રસતે ઉતરેલા નીરદોશને કોણ ચુક બતલાવે ?

અતયાર વેર મારા બેખબર માબાપની નજર ઉંગડી ન હતી. પણ એક દીવસ એક સગાંએ ધ્યાંન ખેંચ્યું જે આય છોકરો નાંધલો હતો ત્યારે એટલો નબલો નહી હતો, એ દીવસે દીવસે ગલાતો કેમ જાય છે, કોઇ દાકટરને એને દેખાડો. એ ઉપરથી મારા બાવાએ હમારા ઘરનાં એક પારસી દાકતર જેવન ઘણા હુશીયાર ગણાય છે તેવનને બતલાવ્યો અને આવી રીતે ગલઇ જવાનો તેમજ વારંવાર ખરાબ અવાજે થાંસવાનું કારણ પુછયું. તેવણે કહ્યું જે માત્ર નબલઇ થઈ છે. નબલઇ શાથી થઈ વારૂં ? તે કહેવાની દાકટરની હીમત Moral courage

નહી હતી. એનુ કારણ દાકટર બધુ સમજયા તો હશેજ, પણ મારી ભુલ ભાંજી નહી. બે મહીના દવા કીધી પણ કંઇ ફાયદો થયો નહી. સાંમણો તધારે લેવાતો ચાલયો. દુખનું કારણજ જયાં વેર દુર કરો નહી ત્યાં વેર ફાયદો કેમ થાય? એ પછી બીજા બે ફીરંગી દાકટરોની સલાહ લીધી. તેઓએ બે ચાર દવા ફેરવી આપી પણ મારી ચુક બતલાવી નહી. હું શું જાણું જે આય પાપી દેવ મારો નાશ કરે છે. એ પછી એક રાતે પાણી પીવા ઉઠયો ત્યારે બેસુધ થઇ ભોંય ઉપર પડી ગયો. બાવાએ ચોઠા પારસી દાકટર બદલયા. પણ તેવનબી મુંજી નીકલયા. બધું સમજે પણ મને ચેતવણીનાં બે બોલ કહયા નહી. હું દાકટરોને અતરે અરજ કરૂંછું જે તેઓ જયારે મોટી પરીક્ષાઓ પાસ કરે છે ત્યારે આ આબદ માટે પણ જ્ઞાન ધરાવતા હોવાજ જોઇએ. ત્યારે પોતાનાં ભોલવાયલા દરદીને ચુક બતલાવવાને શા સારૂ શરમાય છે? તેઓથી મોઢે નહી બોલાતું હોય તો ચીઠી લખી નીરદોશ નાદાનની ચુક ભાંજવી. કોઇબી રીતે દરડીને બતલાવવું તો જોઇએજ કે તેનાં દરડનું કારણ એક યા

બીજુ છે. શુ એમ કરવાની તેઓની પાક ફરજ નથી ?

આય પછી પાંચમો દાકટર બદલયો. એમ કરતા એક વરસ વહી ગયું; અને અતયંત નબલઇને લીધો છઠા સ્તેંડરમાંથી સ્કુલ છોડવી પડી. જે કોઇ જોય તે પુછે કે આય છોકરાને થાય છે શું જાણે ઘોરમાંથી ઉઠી આયો હોય એવો લાગે છે વગેરે. આય છેલ્લા દાકટર પણ આગલનાં દાકટરોનાં ભઇજ મલયા, પણ મને સહવારે નાસતા પછી દુધમાં ફેલોસ કમપાંઉડ સીરપ લેવા જણાવવાની મહેરબાની કીધી અને ઉમેરીયું જે જો થોડોક વધારે વખત એમ ચાલશે તો મને ખઇ અથવા મીઠી પીશાબનાં રોગ પર નાંખી દેશે. પણ તેનું કારણ દાકટર સાહેબ ? તેનું કાંરણ બતલાવવવાને દાકટરમાં હીમતજ નહી હતી.

મારે અતરે જણાવવું જોઇએ જે જો પહેલેથીજ મારા ઘરમાંથી કોઇ ઇંગ્રેજ દાકટરને મને બતલાવ્યો હતે તો જરૂર તે મારી ભુલ દેખાડતે અને મારો આટલો નાશ થવા દેતે નહી.

એ પછી હું ઘરમાંજ બેઠો. એ વખતે મારી

ઉમર સતર વરસની હતી. આય દુખથી મારો ઉધરભાવ તુટી ગયો હતો, અને તેથી ચૌઉડ વરસનાં છોકરા જેટલો, દરડથી ખવઇ ગયલો દીસતો હતો. લગભગ પાંચ વરસ થયાં હું એ પ્રમાણે રીબતો હતો. પણ આગલ જણાવી ગયો છું તેમ નાનપણથી બંદગી કરવાની ટેવ પાડેલી હતી તે હજી ગઇ નહી હતી. તેની બરકતે અંતે પરવરદેગારે મારા જેવા ભમાયલા પણ નીરદોશને બંચાવાને રસતો દેખાડયો.

લંડનમાં એક ગ્રહસ્થ નાંમે મી૦ હેનરી વારલે જેવન મોટા પૈસાદાર વેપારી છે અને જેવન ઇંગલંડ અને અમેરીકામાં છોકરા અને માણસોને ભાશણો આપી આવાં પાપી કામથી હાથ ઉથાવવાને આજ વરસો થયાં પોતાનો ધંધો કરી બેઠા છે; તેવન ઓસત્રેલીયા ભાશણ કરવા જતાં મુંબઇમાં થોડાક દીવસ થોભયા. એ ભાશણ શા ઉપર છે તેની મને બીલકુલ ખબર નહી હતી. મારો આખો દીવસ ઘરમાં જતો નહી હોવાથી હું લાયબ્રરીમાં અવરનવર વાંચવા જતો. ત્યાં એક દીવસે મારી નજર એક કદાવર દેખાવનાં પાદરી ઉપર પડી, અને તેવન

લાયબ્રેરીનાં દીવાનખાનામાં ભાશણ આપનાંર છે એ-વું જાણવાથી તેવનનું બોલવું સાંભરવાની ઇચ્છા થઇ. બાંચનાર, તેવનને મારીજ કમબખતી ભરેલી બાબદ ઉપર ભાશન આપતાં સાંભલી હું દંગજ થઇ ગયો. એક કલાક ઉપર તેવને એ બાબદ ઉપર વીવેચન કર્યું, અને એવી સફઇથી એનાં ગેરફાયદા તેમજ હુલકઇ ખુલ્લી ભાશામાં દેખાડી કે તેજ સાંજથી મારી પાંચ વરસની બુરી ટેવ જમીનદોશ થઇ ગઇ. તેવનને હજારો દુવા દેતો હું લાયબ્રેરી-માંથી નીકલયો. હવે મને માલમ પડયું જે આટલાં વરસ મેં જે દુખ ખમયું હતું તેનું કારણ આ હતું. તેવનનાં ભાશણથી મારાં મગજ ઉપર એટલી અસર થઈ કે ગયેલી તંદરોસતી પાછી મેલવવાનો મેં ની-સચય કર્યો. મારો ઉધરભાવ ટુટી ગયો હતો તે કંઇ પાછો આવવાનો નહી હતો, પણ ગાલમાં ખા-ડા પડયા હુતા તેમજ આખા શરીરમાં નબલઇ લાગતી હતી તે બને તેટલી દુર કરવાને મે ઠરાવ કર્યો. એ ટેવ છોડવાથી ફેલોસ સીરપ જે હું કેટ-લુંક થયું ચાલુ લેતો હતો તેનો ફાયદો હવે જ-ણાવા લાગો. મારા શરીરમાં આસતે આસતે ટાકાટ

આવવા લાગી. હું એક તાલીમખાનામાં જોડાયૈા. કસરત કરી સેાજું દુધ પીવાથી મને ફાયદેા જણાવા લાગેા. તાલીમખાનામાં જ્યારે મારા ગેાઠીયાઓને પુશકલ પરસેવેા પડતેા ત્યારે મને પરસેવાનું નામજ નહી. મને પેાતાને અજાયેબી લાગતી પણ શરીરમાં લેાહી હેાય તેા પરસેવેા પડે કેની? કેટલીક વખત ઉતસાહમાં આવી વધારે જોર કાઢતેા તેમજ જોરી દમબેલ્સ ફેરવતેા, તેા તરત મગજમાં ફેર આવતી. એવી વખતે તુટેલાં શરીરને ભારી કસરત ફાયદાને બદલે ગેર ફાયદેા કરે છે એ મને ખબર નહી હતું. તેથી કસરત સદતી નથી ધારી ક્રીકેટમાં જવા લાગેા. યા એક કલાક બેાલ માટે ચેા તરફ દેાડવાની હલકી કસરતથી મને રાહત મલતી, પછી ત્યાંજ બે ચાર દેાસ્તેા સાથે બેસી પાનાં ચેાપટમાં વખત ગુમાંવતેા. એમ વખત જવા લાગેા. પણ આ ટેવને જેવેા વશ થયલા હેાય છે તે સઘલાને રાતે ઉંઘમાં જીવનશક્તી જવાનું[3] દરદ

---

3. Spermatorrhœa.

થાય છે. એ દુખ[૪] મને પણ સોલમેં વરસથીજ ચાલુ થયું હતું. એ દરદને લીધે સહવારે ઉઠું કે ફીક્કું પુની જેવું મોહડું જુમઈ ગયેલી આંખ દીસતી, માથામાં દુખારો શરૂ થતો, કમર બરદો તેમજ પગનાં ગુઠણ તુટી જતાં અને અતયંત નબલઇ લાગતી. એવી ચાલુ રીબતી હાલતમાં ઓગનીસમૂં વરસ પુરૂં થયું. એ અરસામાં મારાં એક સગાં ગુજરવાથી મને થોડાક પૈસા મલયા, હું પોતાને કોઇ મોટા દાકટર પાસે તપાસાવવાને કેટલુંક થયું આતુર હોવાથી મરહુમ દાકટર બહાદુરજી પાસ ગયો, અને બચપણથી અતયાર લગણનો હેવાલ કહુયો. તેવને મને કંઇ દવા આપી અને તેની સાથે કોદલીવર આનીલ લેવા ફરમાવ્યું. કોદલીવર આઇલથી મારૂં શરીર બહુ ટપી જવા લાગું તેમજ શોસ પણ પુશકલ લાગતી. તેથી કોદલીવર તેલ છોડી દેવરાવી પાછું ફલેાસ સીરપ લેવા કહયું. ત્રણ મહીનાં વેર દાકટર બહાદુરજીની દવા કીધી પણ કંઇ ફાયદો થયો નહી. એવને મને કહયું જે દવાની

૪. It is commonly the consequence of that hideous sin engendered by vice & practised in solitud masturbation —Erichsen.

કંઇ જરૂર નથી માત્ર દીવસમાં ત્રણ વખતસર સાદો પુશતીકારક ખોરાક લેવો તેમજ સહુવારે નાસતા સાથ પયાલું ભરી દુધ લઇ તેમાં નાંખલી તી સ્યુન-ફૂલ અરધી ચમચી ફેલોસ કંપાઉંડ સીરપ ભેલી પીવું. સાંજે જમવા સાથ પણ જરતું હોય તો પાસેર ગરમ દુધ પીવું, અને સહુવાર સાંજ હલકી કસરત કરવી. દારૂ મુદલ પીવો નહી. છેલ્લી શીખા-મણની મને જરૂર નહી હતી જો કે ઘણી વખત કેટલાંક અનસમજુઓ મારા બાવાને મને વીસકી, પોરટ, સીરાઝવાઇન તેમ રેફાઇલ વાઇન આપવા કહેતા હતાં. મહુરૂમ ભલા દાકટરે મને બીજા કોઇની પણ દવા નહીં કરવાની શીખામણ દીધી હતી. એવને કહ્યું જે આ માંઠી ટેવથીં જાત જાતનાં દરડો થાય છે પણ તે સર્વમાંથી હું અજાયેબ રીતે બચી જવા પામયો હતો માત્ર શક્તી પાછી લાવ-વાની ગરજ હતી. એ પછી એક વરસ વીતયા બાદ એક અંગ્રેજ દાકતર જેવન મુંબઇમાં આ બાબદ ઉપર સ્પેશીયલીસ્ત જેવા ગણાતા હતા તેવનનો વીચાર જાણવાની મારી ઇચ્છા થઈ. તેવને દાકટર બહાદુરજીનોજ અભીપ્રાય આપયો. અને કહયું જે

આવી નબલઈમાં માત્ર ટાનીક દવાનીજ ગરજ છે. તોપણ શરીરમાં લોહી વધારવા કાંઇ દવા લખી આપી. તે બે મહીનાં લીધી પણ જીવ જેવો ફાયદો થયો નહી. દાકટરે કહયું જે ટાકાત આસતે આસતે આવશે. ઉતાવલ કરવાથી કાંઇ વલશે નહી. તાનીક તરીકે માત્ર ફેલોસ સીરપ લાંમઓ વખત ચાલુ રાખવું. એવનને એવું બોલતાં સાંભલી મેં પુછયું જે મુંબઇમાં અંગ્રેજી ગુજરાતી ન્યુસપેપરોમાં ઈંગ-લંડ અને અમેરીકાનાં દાકટરો જાહેર ખબર આપે છે તે શું ? તેવને એઓ તરફ તીરસકાર બતાવી મને કહયું જે યુરોપ અને અમેરીકામાં દર વરસે હજારો છોકરાઓ આ બાબદનાં અજ્ઞાનપણાંથી એક યા બીજા દરદનાં ભોગ થઇ પડે છે, અને મોટી સંખયામાં ભર જુવાનીમાં મરણ પણ પામે છે. લામણા અનુભવ ઉપરથી હું કહેવાને શક્તીવાન છું જે એને અતકાવવાનો સાદો તેમજ અસરકારક ઈલાજ એજ છે જે છોકરો બાર એક વરસનો થયો જે સ્કુલનાં પ્રીનસીપાલે તેના હાથમાં આ બાબદ ઉપર લખાયલું ચોપાન્યું મુકવું. તેથીજ આ ઉડતા રોગનો અતકાવ થશે. હવે ઉપર કહયા પ્રમાણે

જ્યારે દર વરસે હજારો જુવાનો આને લીધે હરકોઇ દરડનાં ભોગ થાય છે ત્યારે પરવારતા નીમ હકીમો જે ઈંગલંડ અમેરીકામાં ઉભરાઈ જાય છે તેઓ શાર્ક માછલીની માફક આ દુખથી રીબતા કમનસીબોને તેઓનાં દુખ માટે ખોટી બીક આપી પૈસા કઢાવે છે. દરદીએ જાણવું જોઇએ જે શીખેલા દાકતરોએ આ બાબદ ઉપર જેટલું અજવાલું નાંખયું છે, અને તેને માટે દવા શોધવાની તજવીજ કરી છે અને કરે છે તેઓજ ઉપર વીશવાસ રાખવો જોઇએ, અને લેભાગુ માણસો જેઓને દવાનો ક, ખ પણ આવડતો નથી તેઓનો લભાસી જાહેર ખબર ઉપર કદી ધયાન આપવું નહી જોઇએ. આ બીન અનુભવીની હવા લેવાથી દરડી પોતાને મોટા જોખમમાં નાંખે છે. ઘણી વખત એવાની દવાથી કાંઇ બીજા જીવલેન દરડ થઈ આવે છે. આ માંઠી ટેવથી થતી નબલઈમાં માત્ર ટાનીક દવાનીજ ગરજ છે. પણ દરડીને જો એક યા બીજું ચોકસ દરડ થયું હોય જેવું કે મીઠી પીશાબ, છાતી ઉપરથી લોહી પડવું વગેરે તો કોઇ શીખેલા દાકટરનીજ સલાહ લેવી. આય જાહેર ખબર છપાવનારાં નીમ હકીમો તમોને

જે ચોપાનીયાંઓ મોકલાવે છે તે મોટા શીખેલા દાકટરોનાં standard work માંથી ઉતારી લીધેલાં હોય છે, તેઓનું પોતાનાં જ્ઞાનમાંનું કાંઇ હોતું નથી વગેરે.

એ પછી બીજાં ત્રણ વરસ ઘેરમાંજ રહી દાકટર બહાદુરજીનાં કહ્યાં પ્રમાણે કરવા લાગો. એથી મને પાછી તાકાત આવવા લાગી અને ઘેરમાં બેસી રહેવા નહી ગમવાથી એક વેપારીને ત્યાં નોકરીએ રહ્યો. ત્યાં જો કોઈ દીવસે વધારે કાંમ કરવું પડે છે તો હું હાંફી જાવું છું, અને મગજમાં ચક્કર આવે છે. એક વખત વીજલી જેવી ખુદરતી શક્તી ગઈ તો ગમે તેટલો સારો ખોરાક અને દવા લેવા છતાં કંઈ પાછી આવતી નથી; એ તો પહેલેથીજ ચોકસઇ રાખવી જોઇએ, અને છોકરાની નાંધલી વયમાં જ્યારે તેઓ ખરૂં ખોટું પારખવાની હાલતમાં હોતાં નથી, ત્યારે માંબાપોનીજ ફરજ છે જે તેઓ ઉપર બારીક નજર રાખી તેઓને ઉછેરવા.

દાકટરો એ માટે શું કહે છે?

પ્યારા નીરદોશ વાંચનાર, તમારાં શરીરમાં કુદરતે જીવનશક્તી મુકી છે તે તમારો [1]જીવ છે. જીવ એટલે આતમાં નહી; પણ આખા શરીરને તાકાટ આપનાર, માથાની ખોપરીથી પગનાં તળીયાંને પુશતી દેનાર, હાડકાને વધારી કઠણ કરનાર, ભેજાંને કઉવટ આપી સમજ શક્તી તથા અક્કલને વધારનાર, ટુંકમાં જયારે તમે પાંચ વરસનાં નાધળાં બાલક હોવો છે તેને વધારી કદાવર દેખાવનાં જુવાન છોકરા બનાવનાર—શક્તી[2] છે. તમે પુછશો કે એ જીવનશક્તી શું છે? ચાલો ત્યારે આપણ એક બાગમાં જઇએ. ત્યાં એક છોડવો જે થોડોક વખત થયો રોપાયો છે, અને જેની ચોમેર કુમલા લીલાં દાલ પાખડાં ફૂટાં છે, તેનાં થડની ઉપર છરીથી કાપ મુકીયે. જુવો એમાંથી પાણી માંફક કાંઇ ચીકણો પદાર્થ ઝડફે છે. એ શું જાય છે વારૂ? ઝાડમાંથી પાણી તે કેવું નીકલવું? પ્યારા ભાઇ, એ તો એનો

---

1. The seed is the life.

2. Force.

જીવ છે. એને એમજ રહેવા દેવો તો એ નાંજુક ઝાડમાંથી એ પદાથ ઝદકી ઝાડ કરમાઈ જઇ છેલ્લે મરી જશે. એ ચીકનો પદાર્થ ખુદરતે થડમાંથી દરેક દાળીઓ, દાળીઓમાંથી દરેક પાંદડાઓ, અને પાંદડાઓમાંથી તે માંહેલા જીનાં રેસાઓમાં પચી, તે સઘળાને ખીલવી, આખા રોપાને તાકાત આપી ઉછેરવા કીધો છે તમે રસતે ચાલતાં જે મજબુત ઉંચા છાયા આપનાર ઝાડ જુવો છો તે પણ એક વખતે ઉપલા છોડવા માંફકજ નાંધળાં હતાં; પણ એની અંદરનાં ચીકણાં પદાર્થે એ આખા ઝાડને પુશતી આપી, ખીલવી મોટા કીધાં. એજ પ્રમાણે કુદરતે દરેક માણસમાં બચપણથીજ એવો પદાર્થ મુકયો છે જેને જીવનશક્તી કહે છે એ શક્તીની બરકટથી છોકરાઓની મગજ શક્તી ખીલે છે, તેઓની છાતીનો ગેરાવો વધે છે, શરીરનાં હાડકાં મજબુત થાય છે, ચાલવા દોડવાની ચપલતા આવે છે, મોટી પરીક્ષા પાસ કરવા માંટે જોઇતી ભેજામાં તાકાટ અને સહેન શક્તી આવે છે, અને છેલ્લે એજ શક્તી તે નાંધલા છોકરાને અઢાર વરસમાં એક કદાવર ચંચલ દેખાવનો જુવાન બનાવે છે.

પણ વાચનાર, એજ શક્તીને ખોટે માર્ગે નાશ કરવાથી કેવું નખોદ વલે છે તે તું જાણ છે? હું એ માટે વીગતવારથી એ ગુનાહથી થતાં ભયંકાર પરીણામ વીશે બોલીશ. પહેલે એ ગુનાહ કરનાર ખોદાની કદવી નજર તેની ઉપર હોવા છતાં ભરાઇ સંતાઇ જાણે કોઈ તેને જોતું નહી હોય તેમ એકાંતમાં પોતાનો નાશ કરે છે. તેની અસર તુરત મોઢાં ઉપર થાય છે. મોઢું તેજ વગરનું ફીકકું મારી જાય છે, કેટલીક વખત પીલા રંગનું થઇ જાય છે. ગાલનાં ડાચાં બેસી જાય છે, આંખ ઝલકાટ વગરની જાણે ઉંઘમાંથી તરતનો ઉઠયો હોય તેવી દેખાય છે, અને આંખનાં પાપણ નીચે કેટલીક વખત ગોલ કાલી લીટી પડે છે. ભુખં મરી જાય છે, અને થોડુંક જે આધું હોય તે પચતું નથી. હાથ થંડા રહે છે, આખું શરીર જુમઈ જઈ વાંકુ વલે છે. આંખે ચક્કર આવે છે, પગનાં ગુઠણમાં કલતર આવે છે, અને શરીરનાં માંસનાં લોચા કઠણ રહેવાને બદલે પોચા થઇ જાય છે. પછી સ્કુલનાં લેશન ઉપરથી મન ઉઠી જાય છે, અને થોડુંક કીધેલું યાદ રહેતું નથી. કોઇબી જાતની હલકીબી કસરત લેવા

ગમતી નથી અને છેલ્લે મગજ અલફાતુ બાબદ ઉપર ભમયાં કરે છે તે એટલે વેર જેથી મગજ ગુમે છે.

આય તેા એક બે વરસનાં ગુનાહની કુદરત સજા કરે છે, પણ બીજાં બે વરસ એમજ જો ચાલે છે તેા છેાકરાઓ આખી જીંદગીનાં દરડી થઈ જાય છે. શરીરનું માંસ ગલી જાય છે, છાતી સંકેાચઇ જાય છે, તેમજ શરીરનાં દરેક અવયવેા ડવઇ જાય છે, અને આખાં શરીરમાં અતયંત નબલઇ લાગે છે. એવા કમનસીબ છેાકરાને એકલેા બેઠેલેા જોશેા તેા હમેશ ઉંડા વીચારમાંજ બેઠેલેા જણાશે, અને દેખાવમાંબી અરધા ઘેલા જેવેા લાગે છે. જાણે જીવલેન માંદગી ભેાગવી તરતનેાજ માંદગીનું બીછાનું સહેવી ઉઠયેા હેાય એવેા Sickly દીશે છે. છાટી ઉપરથી લેાહી પડવું, પીશાબનું બંધ થવું, ફીકરૂં અને મીઠી પીશાબ, દમ, વગેરે દરડેા આય જીવલેન ટેવનેજ આભારી છે. અતયાર વેર જો ચેટવણી મલતી નથી તેા તે નીરદેાશ છેાકરેા અંતે ઘેલેા થઇ જાય છે, યા મેાત તેનેા કંગાલ હાલતમાંથી છુટકારેા કરે છે.

માંબાપેાએ ઉપર દરશાવેલા દરડોમાંથી એકબી દરડ પેાતાનાં છેાકરાને થાય ત્યાં વેર નહી થેાભતાં પહેલેથીજ બારીક નજર રાખવી. ખસુસ કરીને નાંનપણમાં કાંઇ પણ દરડનેા ભેાગ થયેા ન હેાય તે છતાં છેાકરેા નખાતેા જાય, ગાલમાં ખાડા પડે, મેાઢાં ઉપરનું નુંર જતું રહે, હાથ થંડા રહે, સ્વભાવે ચીરડાઉ થાય ત્યારે ચેાકસ જાણવું જે છેાકરાને ખેાટી સંગત મલી છે. ઘણી વખતે હલકી કીસમની પ્યારની વારતાએા વાંચવાથી છેાકરાએાનાં જુસ્સા ઉશકેરાય છે; અને જીવનશક્તીનેા પણ નાંશ થાય છે. જીવનશક્તી નાશ કરવાની ટેવ ખરાબ ચાલનાં સ્કુલનાં છેાકરાએાથી એક બીજાને શીખવવામાં આવે છે, અને કેટલાકેાને હલકા પ્રકારની નેાવેલ વાંચવાથી સૂજ પડે છે. એવી વખતે માબાપેાએ ખીજવઇ જવાને બદલે સમજાવી છેાકરાને વારવેા. માબાપેાએ જાણવું જે તેએાનીજ ગફલતઈ તેમજ બેદરકારીને લીધેજ છેાકરેા ખેાટે રસતે દેારવાયેા છે. છેાકરાએા પેાતાનેા નાશ કાંઇ હવસને લીધે કરતા નથી. માત્ર ખેાટી સંગત અને હલકી વારતાની ચેાપડીએાજ તેએાના દુશમનની ગરજ

સારે છે. તે માટે માબાપોએ કદીબી એવી ચોપડી છોકરાઓને વાંચવા દેવી નહી. હાલ પારસીનાં પંદર વરસનાં છોકરાને Reynold ની નોવેલો વાંચતા જોવમાં આવે છે. એથી ઉધરતા છોકરાનાં ભેજાં ઉપર એટલી ખોટી અસર થાય છે જે તેની આખી જીંદગીનું નખોદ વાલવાને પુરતી છે. નાનપણથીજ દરેક છોકરાને લાયબ્રેરીમાં મેમબર કરવો જોઇએ, જેથી ત્યાં જાતજાતની ચોપડી ચોપાનીયાં વાંચવાથી છોકરાની અક્કલ હુશીયારી વધશે એટલુંજ નહી, પણ તેને સારીજ ચોપડીઓ વાંચવાનો શોખ ઉત્પંત થશે. તેમજ શરીરને ખીલવવા અને મગજને રાહત આપવા દરેક છોકરાને ફરજયાત કસરતશાલા, ક્રીકેટ તેનીસ, સ્વીમીંગ, સાઇકલીંગ, યા તો માત્ર ખુલ્લી હવામાં ફરવા મોકલવો જોઇએ. શરીરની સંભાલ નાનપણથી લેવાથી છોકરાઓને મોટપણમાં કદી ... દવાની ગરજ પડશે નહી. હાલ પારસી છોકરાઓને ધંધા સારૂ દરીયો ઓલંગવાની ભલામણ થાય છે, પણ શરીર મજબુત સ્વભાવ...કારી હોશે તો ... દેશની સંખ્યાબંધ હાડમારી સહેન કરઇ શકે ... માટે પારસી માંબાપો, તમે જેટલાં તમારા

છોકરાઓને મેટ્રીક, બી. એ. થયલા જોવાને ઇંતેજાર રહોછો, તેથી હુજાર ઘણી વખત તેઓને તંદરૅાસ્ત બાંધાનાં જોવાને આતુર થાવો અને તેમ કરવાને દરેક પ્રયતન કરો એ મારી છેલ્લી અરજ છે. આમીન.

થોડીક સૂચના.

પહેલે આ ગુનાંહથી દુર રહેવાને મજબુત ઠરાવ કરવો. જેટલી વખત લાલચને મારશો તેમ તેમ તેની સાંમબે લડવાને વધારે શક્તી આવશે. યાદ રાખજો કે આ ગુનાહ કરી તમારેથી તંદરેાસતી જળવાશે નહી. કદીબી એકલા બેસતા નાં. હુમેશ બે ચાર જણની સાથેજ રહેજો. તમારા વીચારો ખુશનુંમા બાબદ ઉપરજ રાખવાની કોશેશ કરજો. ખોટો વીચાર આવે તો તુરત અવસતાનાં કલામો મનમાં ભણજો. સહુવાર સાંજ ટુંકળી બંદગી જરૂર કરવી તેથી જરૂર સારી બુદ્ધી આવશે, તેમજ બદી સાંમે થવાને એજમતી શક્તી મલશે.

ખરાબ છોકરાઓની સંગતમાં ફરતા નાં. તે લોકની સોહુબતથી તમારો નાશ થશે એમ ખાતરીથી માનજો. ખરાબ પીકચરો, અને ગલીચ નોવેલો હાથમાં ધરતા નાં. કેટલાક પારસીનાં છોકરાઓને મેં બોલતા સાંભલયા છે જે Reynoldની નોવેલસો વાંચવાથી ઇંગ્રેજીનું સારૂ જ્ઞાન થાય છે. હું પુછુછુ જે બીજી ચોપડીઓ નહી મલે જે એ ધણીનાં

ઝેરથી ભરેલા દરેક પાણુંજ વાંચવાથી જ્ઞાન મલશે ? હું ખાતરીથી કહું છું જે ઇંગ્રેજી જ્ઞાન મેલવવાની આતુરતાં કરતાં તેમાં સમાવેલી હલકી વારતા વાંચવાની જીજ્ઞાસાથીજ આ નોવેલો વંચાય છે. પણ તેથી જરૂર મગજ ઉપર ખોટી અસર થાય છે, અને પરીણામ માઠું આવે છે.

કોઇ લાયબ્રેરીમાં જરૂર મેંમબર થજો. ત્યાં જવાથી જાત જાતનાં ચોપડી ચોપાન્યાં વાંચવાથી તમારો જીવ રીઝાશે તેમજ સારી ચોપડીઓ વાંચવાનો શોખ વધશે, અને પરીણામમાં દુનયામાં વસતાં ઉમદા માણસો અને તમારામાં કેટલો ફરક છે તે જાણમાં આવશે.

કદી પણ કોઇબી જાતનો દારૂ પીતાનાં. ગમે તેવા નરમ દારૂથી શરીર તપી જાય છે અને ભેજાં ઉપર ખરાબ અસર કરે છે.

ઘણી સ્ત્રોંગ ચાહ તેમજ કાફી પીવી નહી. દુધ, કોકો, રાબદી, છૂટથી વાપડવી. દુધ જડતું નહી હોય તો તેમાં મેલીનસ ફૂડનો, યા કોઈ બીજો આતો નાખી પીવું. ભારી મસાલેદાર માંસ બને ત્યાં

વેર ખાવું નહીં; અને તમારા આખા દીવસનો ખોરાક હમેશ વખતસરજ લેજો.

દીવસમાં ત્રણજ વખત ખાવું. વારનવાર ખાધાથી હોજરીને ખોરાક પચાવવાને બનતું નથી, અને તેથી તંદરોસતી જલવાતી નથી.

સહવારે નાંસતા પછી એક નાંધકું પયાલું ભરી સોજું દુધ લઇ તેમાં ગ્રીમાલટ કંપનીનું હાઇપો ફોસફાઇટનું લાઇમનું સીરપનો એક દેસરત ચમચો ભેલી પીવું. એથી નબલી પડી ગયેલી છાટીની અંદરનાં ફેફસાંને તેમજ બગડી ગયેલી હોજરી જેને લીધે તમને ખાધેલું પચતું નહી હશે, અને પેટમાં આંકડી આવતી હશે, તેને સુધારશે. એ સીરપ દીવસમાં એકજ વખત એમ બે મહીના ચલાવવું. ત્યાર પછી આખા શરીરને તેમજ ભેજાંને તાકાટ આપવા ટાનીક તરીકે ફેલોસ કંમપાંઉડ સીરપ લેવું. તુટી ગયલાં શરીરને શક્તી આપવા માટે આય સીરપે યુરોપ અને અમેરીકામાં નાંમ કાઢયું છે, તેમજ આપણા દેશમાં પણ વપડાય છે. એ સીરપ નાંસતા ઉપર પયાલું ભરીને દુધમાં માત્ર અરધી ટી સ્યુનફૂલ લેવું. અલબત ઉપર કહેલું

ચીમાલટનું સીરપ તે વખતે છોડી દેવું. બન્ને સીરપ કદી સાથે વાપરવું નહી. એ ફેલોસ સીરપ વરસો વેર ચાલુ રાખવું, તેથી જરૂર ફાયદો થશે.

દરરોજ સાંજે સ્વીમીંગ બાઠ યા ક્રીકેટની કસરત લેવી. અતયંત નબલઈ લાગતી હોય તો માત્ર ખુલ્લી હવામાં ફરવા જવું.

તમને જો કોઇ ડાકટરની સલાહ લેવાની ગરજ લાગે તોજ ખબર કાઢી એ બાબદમાં સ્પેશીયલીસત જેવા હોય તેનીજ પાસે જવું. ન્યુસ.પેપરોમાં આવતી ઇંગ્રેજી અને અમેરીકન જાહેર ખબરો ઉપર હરગેજ ધનાંન આપતા નાં, અને મુંબઇનાં નીમ હકીમોથી પણ દુરજ રહેજો. ન્યુસપેપરોમાં આવતી જાત જાતની પેટંટ દવા તમને ગમે તેમ વાપરતાનાં. કોઇબી દવા લેવાની તમારી મરજી હોય તો તમારા ડાકટરને પુછયા પછીજ લેજો.

રાતે હલકો ખોરાક લેજો અને બને તો થોડું દુધ ગરમ કરીને પીજો. નબલી પડી ગયેલી દેહમાં કાંઇ તરતજ શક્તી આવશે નહી, પણ ઉપર કહેલી સૂચનાં ઉપર ધ્યાન આપી વાંચનાર ચાલશે તો રફતે રફતે કઉવટ પાછું મેલવવાને શક્તીવાન થશે.